

Keitot

Broilerkeitto:

700 g perunaa (kiinteää)

250 g porkkanaa

1 kpl sipulia

500 g kukkakaalia

2 tl currya

1 rkl rypsiöljyä

500 g maustamattomia broilerinsuikaleita

10 dl kanaliента

1/2 tl suolaa

100 g tuorejuustoa (rasvaa 15 %) (ruohosipuli)

1. Kuori kasvikset. Paloittele perunat ja leikkaa porkkanat pienehköiksi kuutioiksi. Hienonna sipuli. Irrottele kukkakaalin kukinnot pieniksi suupaloiksi ja paloittele varsi.
2. Kiehauta curry öljyssä pannulla. Ruskista broilerisuikaleet nopeasti (tarvittaessa kahdessa erässä). Lisää sipuli kuullottumaan.
3. Kumoa ainekset isoon kattilaan. Lisää kattilaan kanaliemi ja suola. Kuumenna kiehuvaaksi.
4. Kumoa joukkoon perunat, porkkanat ja kukkakaalin varret. Keitä miedolla lämmöllä kannen alla 10 minuuttia. Lisää kukkakaalin kukinnot ja keitä broilerikeittoa vielä 5 minuuttia.
5. Liuota broilerikeittoon tuorejuusto, älä enää keitä. Tarkista maku. Ripottele broilerikeiton päälle hienonnettua ruoho- tai kevätsipuli

Makkarakeitto:

1 pkt lenkkiä

5 perunaa

1 pala purjosipulia

2 porkkanaa

1 lanttu

1 lihaliemikuutio

maustepippureita

riipaus suolaa

vettä

persilja

1. Kuori juurekset ja kuutioi ne. Laita juurekset kiehumaan sillä aikaa kun kuorit ja kuutioit perunat.
2. Kuutioi lenkki ja ruskista palat hienonnetun sipulin kera voissa pannulla.
3. Laita kaikki ainekset kattilaan, lisää vettä tarvittaessa niin että kaikki ainekset peittyvät.
4. Anna makkarakeiton kiehua noin 20 minuuttia kunnes perunat ja juurekset ovat pehmeitä

Kalakeitto:

500 g kalafileetä, esim. kirjolohta, lohta, ahventa tai siikaa

200 g porkkanaa

600 g kiinteitä perunoita

1 sipuli tai 5 cm purjosipulia

8 dl vettä

1 kalaliemikuutio

8 maustepippuria

2 dl ruokakermaa

1 puntti tuoretta tilliä tai ruohosipulia

$\frac{3}{4}$ tl suolaa

1. Kuori ja paloittele porkkanat kuutioiksi ja perunat lohkoiksi.
2. Mittaa vesi kattilaan ja kuumenna kiehuvaaksi.
3. Liota veteen kalaliemikuutio ja lisää joukkoon maustepippurit ja porkkanapalat, anna kypsyä 5 min.
4. Lisää seuraavaksi kattilaan perunalohkot ja purjosipuli anna kypsyä noin 10 min tai kunnes kasvikset ovat kypsiä.
5. Paloittele perunoiden kypsyessä kala kuutioiksi, poista ruodot tarvittaessa.
6. Lisää kalapalat kattilaan yhdessä kerman kanssa ja kuumenna kiehuvaaksi.
7. Kun keitto kiehuu, siirrä kattila pois levyltä ja anna kalojen hautua kypsäksi kannen alla muutaman minuutin ajan.
8. Mausta keitto suolalla ja sekoita varovasti. Lisää keiton pinnalle reilusti tuoretta tilliä tai ruohosipulia.

Kasvissosekeitto:

500 g porkkanaa (4-5 kpl)

1 kpl Palsternakka

1 kpl Sipuli

300 g Kesäkurpitsaa (1 kpl)

1 l Vettä

1 kpl kasvisliemikuutio (gluteeniton)

2 tl kuivattuja yrttejä (esim. timjamia)

100 g ($\frac{1}{2}$ prk) maustettua tuorejuustoa (esim. yrtti)

1. Kuori ja paloittele porkkanat, palsternakka ja sipuli. Paloittele myös kesäkurpitsa. Laita ainekset kattilaan ja laske päälle sen verran vettä, että kasvikset peittyvät.
2. Lisää joukkoon liemikuutiot. Anna kiehua hiljalleen kannen alla, kunnes kasvikset ovat pehmeitä.
3. Siivilöi neste talteen. Soseuta kasvikset sauvasekoittimella ja lisää nestettä tarpeen mukaan. Sekoita joukkoon kuivatut yrtit ja tuorejuusto. Tarkista maku ja lisää suolaa tarvittaessa.

Lihakeitto:

400 g lihaa esim. naudan palapaistia

6-8 perunaa<sup>[L]
[SEP]</sup>

1-2 porkkanaa<sup>[L]
[SEP]</sup>

1 sipuli

1 pala purjo<sup>[L]
[SEP]</sup>a

1 nippu tuoretta persiljaa

lihaliemikuutio

vettä

kymmenkunta mauste- tai mustapippuria<sup>[L]
[SEP]</sup>

suolaa

1. Paloittele perunat, porkkana, sipuli ja purjo sopivan kokoisiksi paloiksi.
2. Ruskista naudan palapaistilihat voissa paistinpannalla.
3. Laita lihat ja vihannekset kattilaan, lisää mausteet sekä vettä niin paljon että ainekset peittyvät. Kuumenna kiehuvaaksi.
4. Keitä vähintään 30 minuuttia. Lihakeitto paranee mitä kauemmin se saa hautua

Kesäkeitto:

7 dl vettä

suolaa

7 keskikokoista varhaisperunaa

2-3 porkkanaa

1 pieni kukkakaali

2 kesäsipulia varsineen

150 g herneitä

5-6 dl maitoa + 2 rkl vehnä jauhoja

(100-200 g sulatejuustoa)

timjamia tai muita tuoreita yrttejä

1. Kiehauta suolalla maustettu vesi. Paloittele perunat, porkkanat ja kukkakaali, silppua sipulit.
2. Lisää kiehuvaan veteen ensin perunat ja muutaman minuutin päästä muut kasvikset.
3. Anna kiehua hiljalleen noin kymmenen minuuttia.
4. Sekoita vehnä jauhot maidon joukkoon ja lisää neste ohuena nauhana höyryävään liemeen koko ajan sekoittaen. Anna kiehua muutama minuutti.
5. Silppua joukkoon tuoreita yrttejä.

Hernekeitto:

½ kg kuivattuja herneitä

3 l vettä liotukseen

1 sipuli

400 g palvikinkkua

1. Laita herneet likoamaan kylmään veteen yön yli.
2. Kaada liotusvesi pois. Lisää lionneet herneet ja 2–3 litraa vettä isoon kattilaan. Laita keitto kiehumaan.
3. Kuori ja silppua sipuli. Lisää herneiden sekaan sipuli ja mausteet. Sekoita keittoa hyvin. Anna kiehua hiljalleen 1 ½ –2 tuntia tai hernepussin mukainen suositusaika.
4. Lisää pieneksi kuutioitu palvikinkku, kun keitto on noin puolta tuntia vaille valmis. Jatka keittämistä.
5. Tarkista maku ja lisää halutessasi mausteita